



健幸ポイント事業の参加要因に関する分析～SWCプロジェクト55～

千々木祥子¹⁻²⁾ 塚尾晶子²⁾ 方恩知¹⁾ 久野譜也¹⁾

1)筑波大学大学院 人間総合科学研究科 2) (株) つくばウエルネスリサーチ

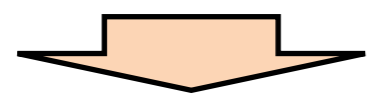
背景

■金銭的なインセンティブが、身体活動量の増加や運動実施にプラスな影響を与える可能性が報告されている (Mantzari et al. 2016, Gong et al., 2018)。

金銭的インセンティブは、身体活動量の増加や運動実施に有効な支援策の一つである可能性を示唆

■一方で、インセンティブが参加者の事業参加に与える影響については、これまでコンジョイント分析といった仮想研究が多く、インセンティブが事業の参加に有益な影響を与えるのか、特にどのような人の参加を促せられるのかは不明である。

■2018年時点で、約563市町村がインセンティブ事業を行っているが、事業評価を行っている自治体は少ない現状にある (保険者データヘルス全数調査2018)。



我々の研究チームは、2014年から3年間、全国6市の住民を対象とした健幸ポイント事業を実施し、大規模かつ多様な集団での詳細な要因分析を可能とした。

目的

健幸ポイント事業の参加にどのような要因が関係しているかについて明らかにすることを目的とする

方法

■対象者

全国6市在住の健幸ポイントプロジェクトに参加した40歳以上の中高齢者7,622人のうち、参加時歩数、体組成及びアンケートデータを有する者5,809人

■参加自治体

人口5万人未満：新潟県A市
人口5万人以上：福島県B市、栃木県C市、千葉県D市、大阪府E市
人口30万人以上：岡山県F市

■募集方法

チラシ、広報誌、新聞、のぼり、TVなどメディアミックスによる募集活動を実施

■調査期間

2014年11月～2015年3月
(実証期間は2017年3月までの3年間)

■ポイントの内容と付与金額

ポイントの内容	ポイント獲得金額
	最大24,000ポイント/年
日常歩数に対するポイント ・ベースラインの歩数に比べて一定量の歩数が増加した場合、および推奨される歩数を達成した場合にポイントを付与。	最大9,600ポイント/年
体組成の改善に対するポイント ・3ヶ月毎のBMIまたは筋肉率が改善した場合、およびそれらの数値が基準範囲内である場合にポイント付与	最大4,000ポイント/年
運動プログラムへの入会に対するポイント	最大3,000ポイント/年
運動プログラムへの参加に対するポイント	最大2,400ポイント/年
6ヶ月間の継続に対するポイント	最大1,000ポイント/年
健診受診に対するポイント	最大1,000ポイント/年
健診データの改善に対するポイント	最大3,000ポイント/年

■ポイントの交換先

ポイントの交換先	個人利用	商品券、共通ポイント (ポスタポイント)
	地域寄付	寄付

■調査項目

- 歩数 【加速度計内臓歩数計：オムロンヘルスケア】
・参加時の平均歩数
- 体組成 (BMI、筋肉率) 【体組成計：オムロンヘルスケア】
- 基本属性：年齢、性別、学歴 【参加時アンケート調査】
- セルフエフィカシー 【参加時アンケート調査】
- ヘルスリテラシー 【参加時アンケート調査】
- インセンティブの反応度
- 参加のきっかけとなった情報源 【参加時アンケート調査】
・広報媒体：市の広報紙、チラシ、新聞記事、テレビ、ポスター、HP

■分析方法

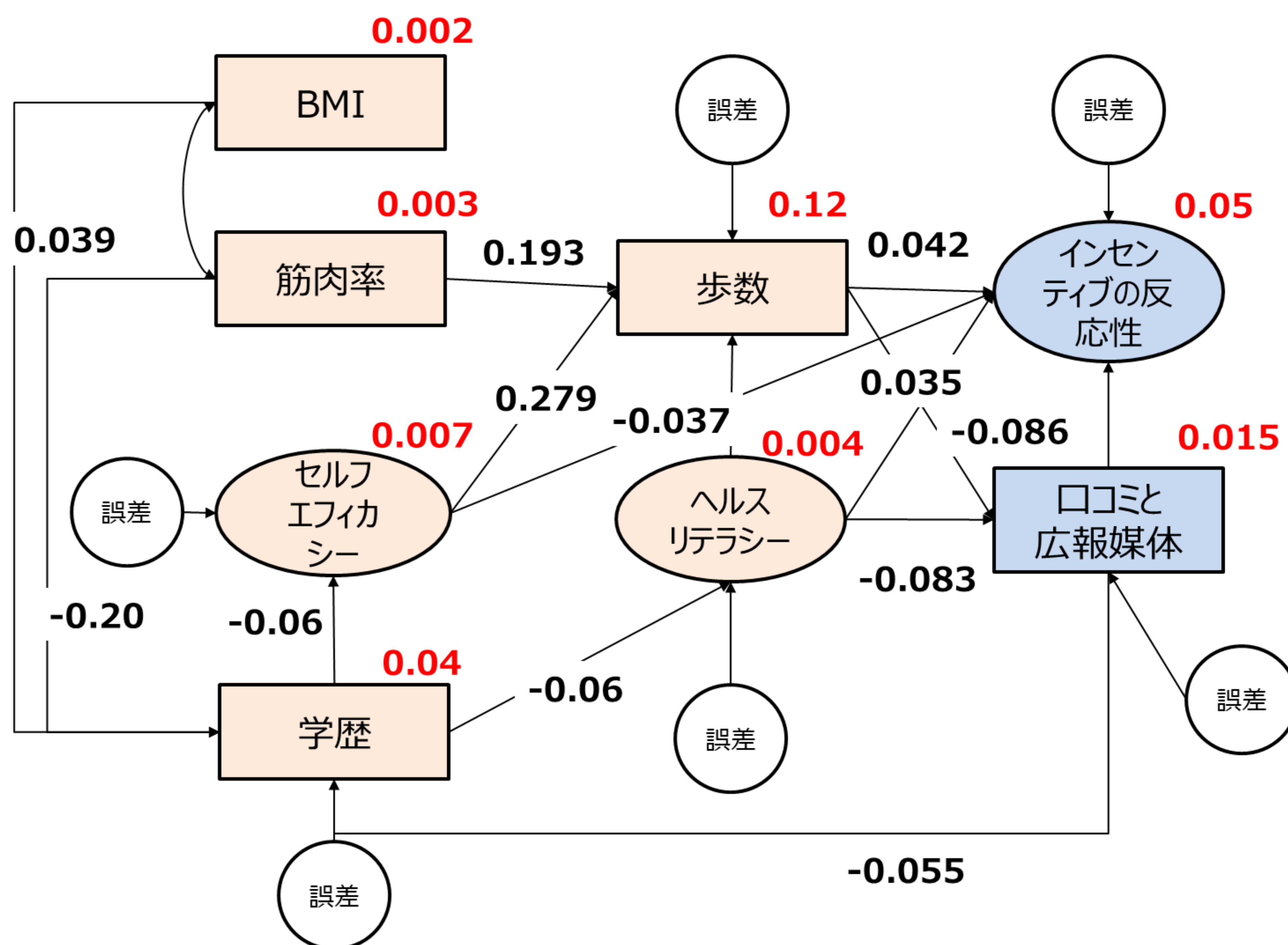
共分散構造分析

結果

表1 参加者の特徴

項目	全体		
性別	男性	36.3	2,108
	女性	63.7	3,701
年代	40～64歳	50.3	2,920
	65～74歳	39.2	2,277
	75歳以上	10.5	612
学歴	短大卒未満	43.7	2,496
	大学卒以上	57.0	3,313
セルフエフィカシー	平均値±標準偏差	12.4 ± 4.2	
ヘルスリテラシー	平均値±標準偏差	15.9 ± 3.1	
BMI	平均値±標準偏差	23.3 ± 3.1	
筋肉率	平均値±標準偏差	25.6 ± 3.3	
歩数	平均値±標準偏差	6136.1 ± 3295.1	
参加の決め手となった情報源	広報媒体	58.5	1,725
	口コミ	27.6	1,773

割合と人数、平均値±標準偏差



n:5807 CFI:0.772 RMSEA:0.076

図1 健幸ポイント事業の参加に関連する要因

- 参加時歩数がインセンティブに直接与える影響度は0.042であった。参加時歩数が多い人ほど、インセンティブへの反応度が高いことが示された。一方、参加時歩数が口コミに直接与える影響度は-0.086であった。参加時歩数が少ない人ほど、口コミで参加した者が多いことが示された。
- ヘルスリテラシーがインセンティブに直接与える影響度は0.035であった。ヘルスリテラシーが高い人ほど、インセンティブへの反応度が高いことが示された。一方、ヘルスリテラシーが口コミに直接与える影響度は-0.083であった。ヘルスリテラシーが低い人ほど、口コミで参加した者が多いことが示された。
- セルフエフィカシーと学歴は、インセンティブに直接・間接的に影響を与えること、学歴は口コミに直接・間接的に影響を与えることが示された。

結論

健幸ポイント事業の参加要因には、歩数、セルフエフィカシー、ヘルスリテラシー、学歴、筋肉率、BMIが関係している可能性があることが示された。しかしながら、いずれの要因も影響度が小さいことから、今後は、他の要因との関係も検討していく必要がある。また、本分析が健康への関心が低い層に着目した場合、どのような傾向が認められるか検討していく必要がある。